

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### 1.1 Latar Belakang

Futsal merupakan olahraga tim yang intensitasnya tinggi dan harus mempunyai fisik yang baik. Menurut (Prastyo, 2017) *Futsal is derived from Spain "Futbol Sala" which means room soccer. However, there is a difference between the two that stand out. Futsal is a "game that quickly with the short time with narrow space"*.terjemahannya Futsal berasal dari Spanyol "Futbol Sala" yang berarti ruang sepak bola. Namun, ada perbedaan antara keduanya yang menonjol. Futsal adalah "game yang cepat dengan waktu pendek dengan ruang sempit".Jadi yang membedakan futsal dengan sepakbola ialah lapangan yang kecil dan waktu bermain yang pendek dan jumlah pemain yang lebih sedikit.

Para atlet futsal harus menguasai teknik dasar futsal, teknik-teknik ini merupakan teknik yang mendukung ritme untuk menciptakan permainan yang baik dan merupakan salah satu faktor yang bisa memenangkan permainan. (Setiawan, Soetardji, & Nugroho, 2014) para pemain memiliki beberapa teknik dasar, seperti "penerimaan bola", menggiring bola dan mengontrol bola (menggiring dan mengontrol bola), melewati (mengoper bola ), menembak, tipuan dan trik (trik dan gerakan palsu), teknik penjaga gawang (teknik penjaga gawang) ".

Futsal adalah permainan sepak bola 5 orang yang dimainkan di dalam ruangan. Seperti dalam olahraga tim lainnya, pemain futsal mengejar tujuan bersama dengan anggota tim: sebagai prinsip, untuk mencetak gol ketika mereka memiliki bola, dan untuk mencegah gol ketika lawan memiliki bola (Oktavia & Hariyanto, 2019). Teknik dasar futsal sangat penting sebagai performa atlet saat di lapangan.

Bermain futsal menuntut peran aktif dan konsentrasi tinggi serta stamina prima pemain" (Tenang, 2008). *"some physical components that need to be noticed to develop is a cardiovascular endurance, strength, endurance, muscle strength, flexibility, speed, stamina, agility and power"*(Prastyo, 2017). Hal ini dapat

diartikan "Beberapa komponen fisik yang perlu diperhatikan untuk dikembangkan adalah daya tahan kardiovaskular, kekuatan, daya tahan, kekuatan otot, fleksibilitas, kecepatan, stamina, kelincuhan dan kekuatan". Menurut Alexandre (dalam Barte, dkk. 2017, hlm. 192) mengemukakan bahwa *"In sports, fatigue may be even more prominent due to prolonged and/or repeated high- intensity activity..."*. Hal ini dapat diartikan bahwa, dalam olahraga, kelelahan mungkin lebih menonjol karena aktivitas intensitas yang tinggi dan berkepanjangan ataupun berulang. Olahraga futsal membutuhkan stamina yang baik agar para atlet tetap berpenampilan baik pada setiap pertandingannya. Oleh karena itu, definisi kelelahan yang berguna untuk kompetisi olahraga adalah penurunan kinerja yang disebabkan oleh latihan akut karena ini termasuk gangguan keterampilan fisik, teknik, pengambilan keputusan, dan / atau aspek psikologis (Prastyo, 2017). Oleh sebab itu kelelahan berpengaruh pada stamina atlet.

Kelelahan juga berpengaruh pada teknik dasar pemain futsal karena semakin banyak asam laktat yang ada di otot maka makin cepet pula kelelahan itu terjadi. Seperti yang dikatakan oleh (Wan, Qin, Wang, Sun, & Liu, 2017) *"Fatigue can be defined as the inability of muscles to maintain the required mechanical work for a given task"* dapat diartikan Kelelahan dapat didefinisikan sebagai ketidak mampuan otot untuk mempertahankan kerja mekanik yang diperlukan untuk suatu tugas tertentu.

Melihat hal tersebut, peneliti ingin meneliti apakah hal itu memang terjadi atau ada hal lain yang mempengaruhinya. Oleh karena itu untuk tidak memperluas, pokok permasalahan agar penelitian ini lebih spesifik dan terarah, peneliti tertarik untuk mengangkat Judul pengaruh kelelahan terhadap keterampilan dasar pada pemain futsal.

## 1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas yang telah dikemukakan oleh peneliti maka terdapat beberapa rumusan masalah sebagai berikut :

- 1) Apakah terdapat pengaruh kelelahan terhadap shooting pada pemain futsal?

- 2) Apakah terdapat pengaruh kelelahan terhadap passing pada pemain futsal?
- 3) Apakah terdapat pengaruh kelelahan terhadap dribbling pada pemain futsal?

### **1.3 Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah diatas, yang telah dikemukakan oleh peneliti, maka terdapat beberapa tujuan penelitian :

- 1) Mengetahui terdapat atau tidaknya pengaruh kelelahan terhadap pada pemain futsal HIMA IKOR.
- 2) Mengetahui terdapat atau tidaknya pengaruh kelelahan terhadap passing pada pemain futsal HIMA IKOR.
- 3) Mengetahui terdapat atau tidaknya pengaruh kelelahan terhadap dribbling pada pemain futsal HIMA IKOR.

### **1.4 Manfaat Penelitian**

Berdasarkan latar belakang serta tujuan yang telah dipaparkan diatas, maka manfaat yang diharapkan oleh peneliti melalui penelitian ini yaitu:

#### **1) Manfaat Teoritis**

Dapat menjadi ilmu pengetahuan yang baru dengan memberi informasi dan diharapkan dari hasil penelitian ini menjadi suatu gagasan untuk perkembangan ilmu keolahragaan di cabang olahraga futsal. Bagi peneliti selanjutnya, sebagai referensi dalam meneliti kajian yang sama secara mendalam.

#### **2) Kebijakan**

Memberikan arahan kebijakan untuk pengembangan pendidikan bagi mahasiswa yang mengikuti ukm futsal dalam pembelajaran kondisi fisik dengan penampilan bermain futsal yang baik dan efektif untuk diterapkan dan diajarkan.

#### **3) Segi Praktik**

Bagi pelatih, sebagai perencanaan dan pelaksanaan program untuk pencapaian prestasi puncak pada olahraga futsal dan bagi Atlet, sebagai

masukan dan bahan evaluasi untuk lebih bisa meningkatkan fisik agar staminanya terjaga.

#### 4) Segi Isu Serta Aksi Sosial

Memberikan informasi kepada semua pihak mengenai pembelajaran kondisi fisik, sehingga dapat menjadi bahan masukan bagi lembaga untuk mengenalkan kondisi fisik.

### 1.5 Struktur Penulisan Skripsi

Bab I menjelaskan tentang kelelahan, teknik dasar futsal, olahraga futsal, keterampilan dasar futsal. Oleh karena itu peneliti ingin mencari tahu apakah ada pengaruh dari kelelahan terhadap keterampilan dasar pada pemain futsal. Rumusan masalah pada penelitian ini untuk mengetahui “Pengaruh Kelelahan Terhadap keterampilan dasar pada pemain futsal”, manfaat penelitian ini agar penelitian ini menjadi suatu gagasan untuk perkembangan ilmu keolahragaan di cabang olahraga futsal.

Bab II Kajian Pustaka menjelaskan mengenai teori-teori yang, meliputi olahraga futsal, teknik dasar futsal, kelelahan,. Selain itu pada bab II terdapat penelitian yang relevan, kerangka berpikir, hipotesis penelitian.

Bab III Menjelaskan tentang metode penelitian, desain penelitian yang digunakan dalam metode ini. Pada penelitian ini menggunakan metode dengan pendekatan kuantitatif dengan desain eksperimen *one group pretest-posttest design*. Partisipan pada penelitian ini adalah mahasiswa aktif Ilmu Keolahragaan angkatan 2015-2018. Dengan sampel 10 orang dengan teknik sampling *purposive sampling*, adapula instrument penelitian yang digunakan yaitu tes shooting 8 meter, loughbrought passing tes dan tes dribbling, dan terakhir analisis data

Bab IV Berisi tentang hasil temuan dan pembahasan dari penelitian ini. Hasil temuan dari penelitian ini adalah terdapat pengaruh kelelahan terhadap keterampilan dasar pada pemain futsal dan pembahasan meliputi pengolahan atau analisis data berdasarkan hasil sehingga data yang sudah di olah dapat di interpretasi untuk memudahkan dalam pemahaman penelitian tentang pengaruh kelelahan terhadap keterampilan dasar pada pemain futsal. Hasil temuan dari penelitian ini

adalah terdapat pengaruh kelelahan terhadap keterampilan dasar pada pemain futsal.

Bab V Simpulan, Implikasi, dan Rekomendasi, merupakan hasil kesimpulan berdasarkan data yang di analisis dan rekomendasi berdasarkan temuan dari hasil penelitian. Pada bab ini, penulis menyimpulkan bahwa adanya pengaruh kelelahan terhadap keterampilan dasar pada pemain futsal. Implikasi dari penelitian ini yaitu bisa bermanfaat bagi para praktisi olahraga terutama pada cabang olahraga futsal. rekomendasi dari penelitian ini diharapkan pada penelitian selanjutnya bisa membandingkan kelelahan dengan koordinasi